

Menú:

ASTRINGENT

Juny 2019

EMB L'OLIVERA

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

Dia 3
Macarrons bullits amb rajolí d'oli
Filet de lluç al forn
amb pastanaga baby
Plàtan

Dia 4
Crema de pastanaga
Pollastre al forn
amb patata al caliu
logurt descremat

Dia 5
Arròs saltat amb rajolí d'oli
Truita francesa
amb pastanaga baby
Meló

Dia 6
Patata i pastanaga
Peix al forn
amb lliit de patata
Pera

Dia 7
Crema de patata
Llom a la planxa
amb pastanaga baby
Poma al forn o plàtan

Dia 10
Patates bullides amb rajolí d'oli
Pollastre al forn
amb pastanaga baby
Poma al forn o plàtan

Dia 11
Arròs saltat amb rajolí d'oli
Lluç al forn
amb patata al caliu
Poma al forn o plàtan

Dia 12
Sopa de fideus
Truita francesa
amb pastanaga baby
logurt descremat

Dia 13
Crema de pastanaga
Peix al forn
amb patata al caliu
Plàtan

Dia 14
Espaguetis bullits amb rajolí d'oli
Pollastre al forn
amb pastanaga baby
Poma al forn o plàtan

Dia 17
Patates bullides amb rajolí d'oli
Truita francesa
amb pastanaga baby
logurt descremat

Dia 18
Crema de pastanaga
Pollastre rostit al forn
amb patata al caliu
Poma al forn o plàtan

Dia 19
Patates bullides amb rajolí d'oli
Llom al forn
amb pastanaga baby
Poma al forn o plàtan

Dia 20
Arròs saltat amb rajolí d'oli
Lluç al forn
amb patata al caliu
Plàtan

Dia 21
Espirals bullits amb rajolí d'oli
Llom a la planxa
amb patata al caliu
Poma al forn o plàtan

Dia 24 FESTA

Dia 25
Crema de pastanaga
Llom a la planxa
amb patata al caliu
Poma al forn o plàtan

Dia 26
Espirals bullits amb rajolí d'oli
Peix al forn
amb pastanaga bullida
Poma al forn o plàtan

Dia 27
Crema de pastanaga
Contraçuixa de pollastre
amb patata al caliu
Poma al forn o plàtan

Dia 28 FESTA

Menús revisats per la Dietista Diplomada Cristina Molina - Col. CAT 000629

CuinaGestió es reserva el dret de modificar els menús sempre que sigui per causes alienes a la seva voluntat.

Cuina Gestió és membre col·laborador de:



CuinaGestió

Segueix-nos a



www.facebook.com/c.gestio

RQ-86 Rev.02 Ed.01-08-16



Menú:

PETITONS LAXANT

Juny 2019

EMB L'OLIVERA

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

Dia 3

Macarrons a la bolonyesa
Filet de lluç al forn
amb enciam i olives
Ni poma ni plàtan

Dia 4

Bajoques saltades
Pollastre guisat
a la pinya
logurt natural

Dia 5

Minestra de verdures
Truita francesa
amb enciam amanit
Meló

Dia 6

Bròquil saltejat (amb poca patata)
Croquetes de bacallà
amb enciam i olives
Pera

Dia 7

Crema de llegums
Hamburguesa de porc i vedella
amb salsa de tomàquet
Síndria

Dia 10

Espinacs saltats
Pollastre al forn
amb salsa de xampinyons
Meló

Dia 11

Minestra de verdures
Lluç guisat
amb salsa verda
Pera

Dia 12

Fideus a la cassola (ceba, tomàquet, pebrot i
carn de porc)
Truita francesa
amb enciam i brots de soja
logurt natural

Dia 13

Cigrons saltats
Rodanxa de lluç arrebossada
amb pebrot al forn
Ni poma ni plàtan

Dia 14

Espaguetis a la carbonara (ceba, bacó i
nata)
Pollastre al forn
amb enciam i moresc
Síndria

Dia 17

Bròquil saltejat
Truita francesa
amb enciam i olives
logurt natural

Dia 18

Llenties saltades
Pollastre rostit al forn
amb enciam i cogombre
Meló

Dia 19

Bajoques saltades
Mandonguilles de porc i vedella
amb xampinyons i pastanaga
Síndria

Dia 20

Minestra de verdures
Lluç al forn
amb salsa de tomàquet
Ni poma ni plàtan

Dia 21

Espirals amb tomàquet i formatge
Escalopa de porc
amb espinacs saltats
Pera

Dia 24 FESTA

Dia 25

Minestra de verdures
Llonganissa de porc
amb samfaina
Síndria

Dia 26

Espaguetis a la napolitana
Varetes de lluç
amb enciam i tomàquet
Pera

Dia 27

Crema de cigrons (patata, ceba i cigrons)
Contraeix de pollastre
amb espinacs saltats
Meló

Dia 28 FESTA

Menús revisats per la Dietista Diplomada Cristina Molina .Col. CAT 000629

CuinaGestió es reserva el dret de modificar els menús sempre que sigui per causes alienes a la seva voluntat.

Cuina Gestió és membre col·laborador de:

RQ-86 Rev.02 Ed.01-08-16



CUINA CATALANA
PATRIMONI
DE LA HUMANITAT
CANDIDATURA
UNESCO



CuinaGestió

Segueix-nos a



www.facebook.com/c.gestió



Menú:

TRITURAT LAXANT

Juny 2019

EMB L'OLIVERA

DILLUNS

Dia 3

Triturat de patata
amb mongeta, ceba i porro
i Peix
logurt

DIMARTS

Dia 4

Triturat de patata
amb mongeta, ceba i porro
i Pollastre
logurt

DIMECRES

Dia 5

Triturat de patata
amb mongeta, ceba i porro
i Gall dindi
logurt

DIJOUS

Dia 6

Triturat de patata
amb mongeta, ceba i porro
i Peix
logurt

DIVENDRES

Dia 7

Triturat de patata
amb mongeta, ceba i porro
i Vedella
logurt

Dia 10

Triturat de patata
amb mongeta, ceba i porro
i Pollastre
logurt

Dia 11

Triturat de patata
amb mongeta, ceba i porro
i Peix
logurt

Dia 12

Triturat de patata
amb mongeta, ceba i porro
i Vedella
logurt

Dia 13

Triturat de patata
amb mongeta, ceba i porro
i Peix
logurt

Dia 14

Triturat de patata
amb mongeta, ceba i porro
i Pollastre
logurt

Dia 17

Triturat de patata
amb mongeta, ceba i porro
i Gall dindi
logurt

Dia 18

Triturat de patata
amb mongeta, ceba i porro
i Pollastre
logurt

Dia 19

Triturat de patata
amb mongeta, ceba i porro
i Vedella
logurt

Dia 20

Triturat de patata
amb mongeta, ceba i porro
i Peix
logurt

Dia 21

Triturat de patata
amb mongeta, ceba i porro
i Gall dindi
logurt

Dia 24 FESTA

Dia 25

Triturat de patata
amb mongeta, ceba i porro
i Vedella
logurt

Dia 26

Triturat de patata
amb mongeta, ceba i porro
i Peix
logurt

Dia 27

Triturat de patata
amb mongeta, ceba i porro
i Pollastre
logurt

Dia 28 FESTA

Menús revisats per la Dietista Diplomada Cristina Molina .Col. CAT 000629

CuinaGestió es reserva el dret de modificar els menús sempre que sigui per causes alienes a la seva voluntat.

Cuina Gestió és membre col·laborador de:



CuinaGestió

Segueix-nos a



www.facebook.com/c.gestio

RQ-86 Rev.02 Ed.01-08-16



Menú:

TRITURAT ASTRINGENT

Juny 2019

EMB L'OLIVERA

DILLUNS

Dia 3

Triturat de patata
amb carbassó i pastanaga
i Peix
logurt

DIMARTS

Dia 4

Triturat de patata
amb carbassó i pastanaga
i Pollastre
logurt

DIMECRES

Dia 5

Triturat d'arròs
amb carbassó i pastanaga
i Gall dindi
logurt

DIJOUS

Dia 6

Triturat de patata
amb carbassó i pastanaga
i Peix
logurt

DIVENDRES

Dia 7

Triturat de patata
amb carbassó i pastanaga
i Vedella
logurt

Dia 10

Triturat de patata
amb carbassó i pastanaga
i Pollastre
logurt

Dia 11

Triturat d'arròs
amb carbassó i pastanaga
i Peix
logurt

Dia 12

Triturat de patata
amb carbassó i pastanaga
i Vedella
logurt

Dia 13

Triturat de patata
amb carbassó i pastanaga
i Peix
logurt

Dia 14

Triturat de patata
amb carbassó i pastanaga
i Pollastre
logurt

Dia 17

Triturat de patata
amb carbassó i pastanaga
i Gall dindi
logurt

Dia 18

Triturat de patata
amb carbassó i pastanaga
i Pollastre
logurt

Dia 19

Triturat de patata
amb carbassó i pastanaga
i Vedella
logurt

Dia 20

Triturat d'arròs
amb carbassó i pastanaga
i Peix
logurt

Dia 21

Triturat de patata
amb carbassó i pastanaga
i Gall dindi
logurt

Dia 24 FESTA

Dia 25

Triturat de patata
amb carbassó i pastanaga
i Vedella
logurt

Dia 26

Triturat de patata
amb carbassó i pastanaga
i Peix
logurt

Dia 27

Triturat de patata
amb carbassó i pastanaga
i Pollastre
logurt

Dia 28 FESTA

Menús revisats per la Dietista Diplomada Cristina Molina .Col. CAT 000629

CuinaGestió es reserva el dret de modificar els menús sempre que sigui per causes alienes a la seva voluntat.

Cuina Gestió és membre col·laborador de:



CUINA CATALANA
PATRIMONI
DE LA HUMANITAT
CANDIDATURA
UNESCO



CuinaGestió

Segueix-nos a



www.facebook.com/c.gestió

RQ-86 Rev.02 Ed.01-08-16



Menú:

TRITURAT

Juny 2019

EBM L'OLIVERA

DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

Dia 3

Triturat de patata
amb carbassó, pastanaga i mongeta
i Peix
logurt

Dia 4

Triturat de patata
amb porro, carbassa i mongeta
i Pollastre
logurt

Dia 5

Triturat d'arròs
amb pastanaga, ceba i mongeta
i Gall dindi
logurt

Dia 6

Triturat de patata
amb carbassó, pastanaga i mongeta
i Peix
logurt

Dia 7

Triturat de patata
amb carbassó, porro i pastanaga
i Vedella
logurt

Dia 10

Triturat de patata
amb pastanaga, ceba i carbassó
i Pollastre
logurt

Dia 11

Triturat d'arròs
amb carbassa, carbassó i mongeta
i Peix
logurt

Dia 12

Triturat de patata
amb amb pastanaga, carbassó i mongeta
i Vedella
logurt

Dia 13

Triturat de patata
amb porro, carbassa i carbassó
i Peix
logurt

Dia 14

Triturat de patata
amb pastanaga, ceba i mongeta
i Pollastre
logurt

Dia 17

Triturat de patata
amb pastanaga, ceba i mongeta
i Gall dindi
logurt

Dia 18

Triturat de patata
amb porro, mongeta i carbassa
i Pollastre
logurt

Dia 19

Triturat de patata
amb carbassó, porro i pastanaga
i Vedella
logurt

Dia 20

Triturat d'arròs
amb carbassó, porro i pastanaga
i Peix
logurt

Dia 21

Triturat de patata
amb pastanaga, carbassó i mongeta
i Gall dindi
logurt

Dia 24 **FESTA**

Dia 25

Triturat de patata
amb carbassó, carbassa i pastanaga
i Vedella
logurt

Dia 26

Triturat de patata
amb ceba, mongeta i carbassó
i Peix
logurt

Dia 27

Triturat de patata
amb pastanaga, porro i mongeta
i Pollastre
logurt

Dia 28 **FESTA**

Menús revisats per la Dietista Diplomada Cristina Molina .Col. CAT 000629

CuinaGestió es reserva el dret de modificar els menús sempre que sigui per causes alienes a la seva voluntat.

Cuina Gestió és membre col·laborador de:



CUINA CATALANA
PATRIMONI
DE LA HUMANITAT
CANDIDATURA
UNESCO



CuinaGestió

Segueix-nos a



www.facebook.com/c.gestio

RQ-86 Rev.02 Ed.01-08-16



Menú:

SENSE PORC

Juny 2019

EBM L'OLIVERA

DILLUNS

Dia 3

Macarrons amb tomàquet i tonyina
Filet de lluç al forn
amb enciam i olives
Plàtan

DIMARTS

Dia 4

Minestra de verdures (pastanaga, pèsols,
ceba i bajoca)
Pollastre guisat
a la pinya
logurt natural

DIMECRES

Dia 5

Arròs amb carxofes, pebrot, pastanaga,
ceba i tomàquet
Truita de carbassó
amb enciam i pastanaga
Meló

DIJOUS

Dia 6

Bròquil amb patata i pastanaga
Croquetes de bacallà
amb enciam i olives
Pera

DIVENDRES

Dia 7

Crema de llegums
Peix al forn
amb salsa de tomàquet
Síndria

Dia 10

Crema de carbassó
Pollastre al forn
amb salsa de xampinyons
Meló

Dia 11

Arròs amb tomàquet i ou
Lluç guisat
amb salsa verda
Pera

Dia 12

Fideus a la cassola amb verdures (ceba,
tomàquet, pebrot)
Truita d'espínacs
amb enciam i brots de soja
logurt natural

Dia 13

Cigrons guisats
Rodanxa de lluç arrebossada
amb enciam i remolatxa
Plàtan

Dia 14

Espaguetis amb tomàquet i tonyina
Pollastre al forn
amb enciam i moresc
Síndria

Dia 17

Puré de verdures (patata, carbassó,
pastanaga i ceba)
Truita francesa
amb enciam i olives
logurt natural

Dia 18

Llenties amb pastanaga
Pollastre rostit al forn
amb enciam i cogombre
Meló

Dia 19

Patata i bajoca
Ous al forn
amb xampinyons i pastanaga
Síndria

Dia 20

Arròs a la cassola amb verdures (tomàquet,
ceba, xampinyons)
Lluç al forn
amb salsa de tomàquet
Plàtan

Dia 21

Espirals amb tomàquet i formatge
Filet de lluç arrebossat
amb enciam i pastanaga
Pera

Dia 24 FESTA

Dia 25

Minestra de verdures
Peix al forn
amb samfaina
Síndria

Dia 26

Espaguetis a la napolitana
Varetes de lluç
amb enciam i tomàquet
Pera

Dia 27

Crema de cigrons (patata, ceba i cigrons)
Contraçuixa de pollastre
amb enciam i moresc
Meló

Dia 28 FESTA

Menús revisats per la Dietista Diplomada Cristina Molina .Col. CAT 000629

CuinaGestió es reserva el dret de modificar els menús sempre que sigui per causes alienes a la seva voluntat.

Cuina Gestió és membre col·laborador de:



CuinaGestió

Segueix-nos a



www.facebook.com/c.gestio

RQ-86 Rev.02 Ed.01-08-16



DILLUNS

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

Dia 3

Macarrons a la bolonyesa
Filet de lluç al forn
amb enciam i olives
Plàtan

Dia 4

Minestra de verdures (pastanaga, pèsols,
ceba i bajoca)
Pollastre guisat
a la pinya
logurt natural

Dia 5

Arròs amb carxofes, pebrot, pastanaga,
ceba i tomàquet
Truita de carbassó
amb enciam i pastanaga
Meló

Dia 6

Bròquil amb patata i pastanaga
Croquetes de bacallà
amb enciam i olives
Pera

Dia 7

Crema de llegums
Hamburguesa de porc i vedella
amb salsa de tomàquet
Sindria

Dia 10

Crema de carbassó
Pollastre al forn
amb salsa de xampinyons
Meló

Dia 11

Arròs amb tomàquet i ou
Lluç guisat
amb salsa verda
Pera

Dia 12

Fideus a la cassola (ceba, tomàquet, pebrot
i carn de porc)
Truita d'espínacs
amb enciam i brots de soja
logurt natural

Dia 13

Cigrons guisats
Rodanxa de lluç arrebossada
amb enciam i remolatxa
Plàtan

Dia 14

Espaguetis a la carbonara (ceba, bacó i
nata)
Pollastre al forn
amb enciam i moresc
Sindria

Dia 17

Puré de verdures (patata, carbassó,
pastanaga i ceba)
Truita francesa
amb enciam i olives
logurt natural

Dia 18

Llenties amb pastanaga
Pollastre rostit al forn
amb enciam i cogombre
Meló

Dia 19

Patata i bajoca
Mandonguilles de porc i vedella
amb xampinyons i pastanaga
Sindria

Dia 20

Arròs a la cassola amb verdures (tomàquet,
ceba, xampinyons)
Lluç al forn
amb salsa de tomàquet
Plàtan

Dia 21

Espirals amb tomàquet i formatge
Escalopa de porc
amb enciam i pastanaga
Pera

Dia 24 FESTA

Dia 25

Minestra de verdures
Llonganissa de porc
amb samfaina
Sindria

Dia 26

Espaguetis a la napolitana
Varetes de lluç
amb enciam i tomàquet
Pera

Dia 27

Crema de cigrons (patata, ceba i cigrons)
Contraçuixa de pollastre
amb enciam i moresc
Meló

Dia 28 FESTA

Menús revisats per la Dietista Diplomada Cristina Molina .Col. CAT 000629

CuinaGestió es reserva el dret de modificar els menús sempre que sigui per causes alienes a la seva voluntat.

Cuina Gestió és membre col·laborador de:



CuinaGestió

Segueix-nos a



www.facebook.com/c.gestió

RQ-86 Rev.02 Ed.01-08-16

